

UTRATA ŚWIADOMOŚCI

Utrata świadomości jest stanem, w którym uszkodzony nie reaguje na bodźce z zewnątrz.

Możliwe przyczyny:

- *uraz czaszki,*
- *krwotok,*
- *niedotlenienie mózgu,*
- *choroby wewnętrzne, np. cukrzyca, choroby nerek, wątroby,*
- *przedawkowanie leków, alkoholu, narkotyków,*
- *strach, ból.*

ZAGROŻENIA ZWIĄZANE Z UTRATĄ ŚWIADOMOŚCI

Utrata przytomności stanowi poważne zagrożenie dla życia poszkodowanego.

Przyczyny:

- *nieprzytomny nie reaguje na utrudnienia w oddychaniu spowodowane, np. uciskiem ubrania lub obecnością ciała obcego w drogach oddechowych,*
- *z powodu ogólnego osłabienia napięcia mięśniowego język poszkodowanego może opaść na tylną ścianę gardła i zablokować drożność dróg oddechowych,*
- *z powodu zaburzeń w pracy układu nerwowego może dojść do zatrzymania oddychania a nawet krążenia krwi.*

U nieprzytomnego należy:

- *zadbać o drożność dróg oddechowych,*
- *skontrolować oddychanie i tętno,*
- *następnie wezwać pomoc i ewentualnie ułożyć poszkodowanego w pozycji bezpiecznej.*

OMDLENIE

Omdlenie jest to nagła, krótkotrwała utrata przytomności, wywołana niedotlenieniem mózgu.

Możliwe przyczyny:

- ***spadek ciśnienia tętniczego krwi,***
- ***nadmierne odchudzanie, głód,***
- ***silny ból,***
- ***zdenerwowanie, silne emocje,***
- ***widok krwi itp.***

PIERWSZA POMOC PRZY OMDLENIACH

Kolejność postępowania:

- **rozluźnić uciskające części odzieży (kołnierzyk, krawat),**
- **udrożnić drogi oddechowe,**
- **skontrolować czynności życiowe,**
- **poszkodowanego ułożyć w pozycji z nogami uniesionymi w górę,**
- **jeżeli po 2 minutach nie powróci przytomność, *wezwać pomoc lekarską***



Cały czas należy kontrolować czynności życiowe poszkodowanego.

PADACZKA (EPILEPSJA)

Padaczka jest to przewlekłe zaburzenie pracy mózgu przebiegające w postaci nawracających napadów drgawkowych. Stan taki może trwać do kilku minut.

Objawy charakteryzujące napad padaczki:

- *utrata przytomności (poszkodowany padając często doznaje urazu głowy),*
- *chwilowy bezdech, sinica, źrenice rozszerzają się, ręce są zgięte a nogi sztywnieją,*
- *po kilkunastu sekundach oddech wraca i następują drgawki całego ciała,*
- *może nastąpić przygryzienie języka i warg,*
- *pojawia się piana w ustach,*
- *często zdarza się bezwiedne oddanie moczu.*

PIERWSZA POMOC PRZY ATAKU PADACZKI

W razie ataku padaczki należy:

- *chronić głowę poszkodowanego przed obrażeniami,*
- *jeżeli szczęki nie są zaciśnięte, wsunąć pomiędzy nie zwitek, np. Bandaża, w taki sposób, aby nie utrudniać wypływu śliny,*
- *począć na samoistne ustąpienie drgawek,*
- *po ataku usunąć ślinę i wymiociny z jamy ustnej,*
- *rozluźnić ciasne części ubrania,*
- *nie należy budzić poszkodowanego, a tylko ułożyć go w pozycji bezpiecznej,*
- *wezwać lekarza,*
- *zapewnić poszkodowanemu komfort termiczny i bezwzględny spokój,*
- *kontrolować czynności życiowe.*

Napad padaczkowy wymaga spokojnego postępowania z poszkodowanym.

ASTMA

Astma jest to choroba układu oddechowego objawiająca się gwałtownymi atakami duszności oraz duszącego kaszlu.

Atak astmy może wystąpić na skutek:

- wdychania, dotykania lub spożywania czegoś, co zawiera alergen,*
- na skutek zdenerwowania lub infekcji górnych dróg oddechowych.*

Udzielając pierwszej pomocy przy ataku astmy należy:

- rozluźnić wszystkie uciskające części ubrania jak kołnierzyk, pasek, krawat,*
- pomóc poszkodowanemu przyjąć najwygodniejszą dla niego pozycję, która ułatwi mu oddychanie,*
- należy zapewnić dopływ świeżego, wilgotnego powietrza, i jeżeli chory posiada inhalator, należy pomóc mu w jego użyciu,*
- należy zachować spokój i zapewnić choremu komfort psychiczny.*

CUKRZYCA

Cukrzyca jest to choroba, w której organizm nie kontroluje stężenia cukru we krwi.

Osoby chore na cukrzycę powinny mieć na łańcuszku, bransoletce lub w portfelu informację o tym, że chorują oraz informacje o rodzaju i dawce pobieranej insuliny.

Pierwsza pomoc udzielana cukrzykowi zależy od tego, czy jest on przytomny czy nie:

jeśli jest przytomny, należy:

- ułatwić mu pobranie insuliny (hiperglikemia),*
- lub podać mocno osłodzoną herbatę, cukier, itp. (hipoglikemia).*

nieprzytomnego należy:

- ułożyć w pozycji bezpiecznej,*
- szybko wezwać pogotowie.*

ZAWAŁ SERCA

Zawał serca jest to uszkodzenie mięśnia sercowego w wyniku jego niedotlenienia, gdy skrzep tamuje przepływ krwi do jakiejś części serca.

Objawy zawału serca:

- *ból za mostkiem lub w okolicy serca, często promieniujący do lewego barku i ręki,*
- *bladość, uczucie lęku, zimne poty,*
- *ewentualnie trudności w oddychaniu i zaburzenia rytmu serca.*

Pierwsza pomoc:

- *ułatwić oddychanie,*
- *zapewnić poszkodowanemu dopływ świeżego powietrza i spokój,*
- *ułożyć go w pozycji półleżącej opartego plecami o coś stabilnego,*
- *często kontrolować czynności życiowe,*
- *jeżeli poszkodowany jest przytomny i posiada leki, należy mu umożliwić ich zażycie,*
- *zapewnić poszkodowanemu komfort psychiczny i termiczny,*
- *wezwać pogotowie.*